

とちの実会だより

5月号 2020年

〒321-0162 宇都宮市大和 2-12-27
 小牧ビル1階 ナルク栃木(とちの実会)
 TEL: 028-684-0050 FAX: 028-645-8380
 eメール: t-nalc@galaxy.ocn.ne.jp
 HP: <http://www.nalc-tochigi-hp.com/>

☆三役会 事業計画(資料内容)と総会の在り方検討 4月21日

栃木県緊急事態措置(4月18日～5月6日)が発令され、外出の自粛要請が出された中での総会(6月1日開催予定)について、事業計画の内容とその資料について具体的な素案を検討しました。時節柄3密を十分に考慮して座席の配置や風通しにも気遣いしながらの会議となった。経過報告では、前回の運営委員会時に依頼しておいた年間の活動報告を各事業担当者から提出された資料を基に島村事務局次長がまとめた「2019年度活動報告」について検討した。「2019年度決算書」と「監査報告書」は大野会計から詳細に報告があった。特に「なすの拠点」解散に伴う内部収入と20



周年記念事業の特別費用について詳細な説明を受けた。

「2020年度事業計画」では、本部会報で示された新ビジョンを取り入れながら、栃木独自の意向を入れた計画案を提案し、各項目を文章表現も含め詳細に検討し事業計画の原案をまとめた。従来は、三役会後の運営委員会に諮り成案を得て定時総会に上程する手順で進めてきたが、新型コロナウイルスの緊急事態措置中であり、会場のとちぎアグリプラザも使用中止となったため、4月28日予定の運営委員会に代えて事務所に個別に資料を手渡し、各自の検討結果を5月11日までに、三役担当又は事務所に電話、メールにて連絡をお願いし、事務局にて集約し資料作成することを決議した。

総会の実施を含め5月以後の予定

ブロック長から新型コロナウイルス脅威の中でのナルク活動につき意見があったが、今後病院への送迎や家事支援など個々のナルク活動は、《密閉・密集・密接》を充分考慮し、支援内容と利用者の状況などを勘案して慎重に行うこととしました。

総会を含む今後の予定は新型コロナウイルスの収束状況や自粛要請の動向については予測が難しい状況であり、決定次第ご連絡することにした。

報告作成に当たり担当者の協力に感謝

各担当者からの活動報告が定められた期日に提出されたその責任感と意識の高さに感心し、まとめ役の事務局としては作業が捗ったことに感謝しています。夫々の事業に取り組んだ熱い思いを頂きながら、紙面の制約でその全てを資料に記載出来なかったことが心苦しく思い、担当の方に紙面を借りてご容赦頂きたくお願いします。(走出)

*本誌6月号は6月10日(水)発行です。どうぞよろしくお願いします。

事務局だより

○会員動向(2020年4月末現在)

世帯数	会員数	男性	女性	年齢
411	592	235	357	74.2
入会 2	2	2	0	
退会 13	16	4	12	

新入会

宇都宮市:

岡部充夫様(鶴田 中部 B)

半田省二様(御幸町 東部 B)

○時間預託・奉仕活動

- ・ポイント(高齢者等地域活動支援ポイント事業)
- ・サービスB(日常生活支援総合事業訪問型サービスB)

	時間預託	奉仕活動	ポイント	サービスB
3月合計	71名 358点	76名 339点	3名 8P	4名 17.0時間
4~3月累計	120名 4,749点	165名 5,599点	87名 563P	4名 111.0時間

○主なボランティア提供内容 (3月)

送迎サービス	51件	外出介助(同行で買い物、金融機関など)	12件
住宅清掃	7件	身辺介助(見守り、傾聴、話し相手など)	9件
住宅修繕	0件	家事援助(食事づくり、ゴミ出し、洗濯など)	4件
庭の手入れ	6件	同行しない支援(支援者が買い物、手続きなど)	0件

《新型コロナウイルスとナルク活動ご理解を願います》 代表 走出政視

政府による緊急事態宣言の発令外出自粛要請を受け、ナルクの活動も事態の収束を願いながら不要不急の活動自粛を行ってきました。密集・密閉・密接を避けようと事務所も玄関及び窓も解放した状態で打ち合わせや事務を実施しております。

4月の同好会は12グループの内、野外でのゴルフのみ実施、他はすべて中止しました。本命の助け合い活動や慰問活動も極端な縮小を余儀なくされました。通院支援は、院内の介助は極力遠慮させていただき、家事援助は利用者との話し合いで中止する場合も発生し、日常生活支援総合事業は地域包括支援センターと利用者からの要請で2件が当面の間中止となりました。

屋外の庭の手入れや草むしりの仕事などは、外出自粛・緊急事態宣言中は、支援先延ばしが発生しご不便を掛けしますが、ご理解願います。

県内でも54名(5月5日現在)の感染者が発生しており、更に緊急事態宣言は5月31日まで延長されました。感染源が見えないだけに慎重に対処してゆく必要があると理解しております。

年間最大の行事「2020年度ナルク栃木定時総会」は、6月1日実施として、4月号で案内しましたが、3密自粛要請の中、市内での会場がありません。

最小限の議決機関である三役会にて実施し、委任状による決議とすることを計画しております。会員の皆様には後日議案書を送付させて頂きたくよろしくご了承くださいますようお願いいたします。(行事予定は8ページに掲載)

最近の宇都宮市ポイント事業活動状況報告 □□

宇都宮市高齢者等地域活動支援ポイント事業（ポイント事業）が2014年10月より開始され、ナルク栃木は登録1号として活動開始致し6年目になります。宇都宮市での活動申請は230グループ以上が登録されています。

ナルク栃木では皆様の地域貢献活動に関わっている以下の9活動事項をポイント事業として申請し、継続しています。



- *よみがえれ大谷クリーン作戦（大谷景観公園地域清掃活動9月実施、写真上）
- *大谷多気山参道美観整備活動（参道紫陽花剪定11月、3月実施）
- *とにかく集まろうサロン開催（ご老人と一緒に楽しもう毎月実施）
- *芋煮会サロン開催（里芋植栽・収穫・調理支援10月サロン実施、写真下）
- *思いやり教室（小学校放課後支援随時開催）
- *どんぐり育苗課外授業支援（小学生の種まき指導11月実施）
- *どんぐり育苗畑除草活動（課外授業の萌芽苗の移植・育成毎月実施）
- *老人福祉施設慰問（施設訪問で演芸披露毎月実施）
- *済生会乳児院子守（乳児院にて子守の支援毎月随時実施）



上記奉仕活動は60歳以上の方が参加条件となりますが、1回参加につきポイントシール1枚が付与されます。シール1枚が100円換算にて年度単位にて商品に交換ができます。端数はナルク栃木に寄付が可能で、毎年2万円相当の寄付を頂いています。

☆活動実績

活動年度	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年
ポイントシール 発行枚数	955枚	742枚	704枚	720枚	563枚
参加実人数	111名	90名	87名	85名	87名

会員の平均年齢が増加につれて、活動への参加実人数が減っています。2019年度の台風19号の影響、2020年2月以降のコロナウイルス感染拡大にて奉仕活動の縮小や停止の影響で大幅な発行枚数が減少しています。コロナ感染の脅威が一掃された折にはまた沢山の皆様のご参加をお待ちしています。（ポイント管理者 高倉記）

調査センターだより

・平素のご配慮ありがとうございます。令和2年度がスタートしました今年度もよろしくお願ひします。

☆4月の活動状況について報告します。

新型コロナの感染者の中で複数のグループホームの利用者によるクラスター感染が発生しています。県内のグループホームの責任者も利用者の感染予防が最大の課題になっています。このような状況下での外部評価については最大の配慮が必要と考え直接の活動推進は控えております。

したがって4月の具体的な活動報告はありません。

当調査センターの役員も高齢者が多く4月の役員会を中止しました。また5月7日予定の役員会も中止にしております。（戸澤）

「飛山どんぐり畑の作業」

4月、5月とコロナウイルスの関係でどんぐり畑の作業を中止いたしました。

幸いなことに苗木を植えた畑は雑草がほとんど生えてなく助かりました。（写真：右）

畑周辺は3月に除草剤を噴霧したのでこちらも雑草の生えが抑えられました。苗木の方も気温が高くなり一気に青葉を出し、これからの生育が楽しみです。



☆次回6月2日（火）のどんぐり畑の作業は楽しみです。新たに参加される方も気楽にお越しください。尚、時間は9時～11時です。

若木の育ちを気楽に楽しみましょう！！（植月雅彦）

4月分アルミ缶活動便り

・ ・ ご協力に感謝します ・ ・

4月27日にアルミ缶整理作業を実施いたしました。新型コロナで外出自粛を要請されている時期でしたが、大谷の作業場はオープンスペースで三密にはならないために8名の方の参加を得て実施しました。

実績は下表のとおりです。

整理作業参加人数	8名
処理した缶数	10,107個
収集作業参加人数	25名

次回は、5月25日（月）で、9：00から実施します。参加可能な方、よろしくお願ひします。（安場）

「安心のナルク」を目指して ナルク市民後見人会の支援活動



一人暮らしの高齢者の見守り活動の延長として、「認知症高齢者の尊厳を守る」ことを目的とし、2010年11月大阪地区で後見人養成講座を開催、翌年関東地区養成講座に栃木から6名が参加、後見人活動が開始した。以降栃木県社会福祉協議会主催の養成講座が2013年・14年と開催されナルクから8名が受講し12名の体制となった。2012年3月最初の任意後見契約(NPO法人ナルクとの法人契約)を結び、その後2013年、2017年に各1名、計3名との契約を結び夫々の被後見人に2名の担当者が寄り添って支援している。更に、2017年10月栃木独自の養成講座を実施し20名の参加を得て30名の体制となった。

2019年度4月に後見人講座修了者全員の顔合わせを兼ねた研修会を実施し新旧会員20名の参加を得て、今後のナルク後見人会活動への参加意思を確認して現在は21名の会員の参加で活動している。

代表、会長、副会長、事務局長、役員5名の合計9名を役員として男性5名、女性4名で役員会を開催し支援内容の確認など新たな活動をしている。

ご存知の様に任意後見人制度は「ご本人が今の元気な時に将来の判断能力が衰えたときに備えて、任意後見契約の受任者(ナルク市民後見人会)が本人の意思を尊重し、見守り、財産管理、死後事務を含む身上監護」を行い支援するシステムです。令和元年度(2018年度)は3名の任意後見契約者に対し後見人会がそれぞれに担当を選定していたが、昨年7月委任契約及び任意後見契約者との契約が解除され、初めて解除認証作成やその登記申請などの手続きにも取り組み円満に契約解除となり、現在の任意後見契約者は2名となっている。その他、昨年度は任意後見契約者との支援活動のみでなく、高齢者を介護している会員から任意後見制度について教えて欲しい・相続問題のアドバイスが欲しい・遺言書の支援をして欲しい、などの相談があり、公証人センターへ同行するなど夫々の相談や支援を行った。

今年度の期初に計画していた後見人会研修会は、**非常に関心の多い民法(相続法)の改正・遺言書保管法の制定**などの改定内容を中心に30名の参加を予定し、現役の弁護士法律事務所において参加者の抱える問題点や疑問に答えていただく予定で準備していたが、新型コロナウイルスの影響でやむなく延期となった。しかし必ず、時期を見て是非会員の要望に叶えたいと思っております。ナルク後見人会の役割は、認知症高齢者の後見人契約のみでなく、今後、ナルクの会員さんの中で将来の心配をされている人、不運にも身内を失われた人、終末期の不安を抱えている人など、多くの方々の不安、疑問に答えていく相談の窓口として、「安心のナルク」になる為にも知識や能力の蓄積に務めていく覚悟で取り組んで参ります。

ナルク栃木後見人会事務局長：福川 正勝

(健康講座) 新型コロナウイルス禍 (続)

小松 明 (5月4日記)



緊急事態宣言が発動されて1ヶ月、更に5月一杯の延長が決まりました。社会的距離戦略にしたがってひたすら3密(密閉、密集、密接)を避け、外出を自粛、開店自粛や休業、テレワークや時差出勤などによって、何とか感染者数が減少傾向になったようです。しかし医療崩壊の危険はまだまだ心配な状況が続いています。今回は長期的な見通しを考えてみましょう。

前回のパンデミックは1918-1920年にかけてのスペイン風邪でした(発祥地はアメリカらしい。第一次大戦中の出来事で、両陣営は流行を秘匿していて、中立国のスペインでの流行が大きく報じられたことからついた名前です。)世界中の死者数は推定2,000~4,000万人と言われ、日本では全人口の4割が感染し、死者数40万人に達しました。新型コロナと異なり、若者も重症化し、欧米では多くの兵士が感染しました。スペイン風邪と今回の新型コロナとは特効薬もワクチンもないことは共通で、患者を隔離し、密集を避けるという感染症対策も共通です。スペイン風邪は3年間に3回の流行を繰り返す中で集団免疫が獲得され、次第に収束しました。

新型コロナウイルスの元来の再生産数(自然再生産数。1人の感染者が何人を感染させるか)は2.0前後で感染拡大に向かい、社会的距離戦略によって実効再生産数を下げると感染縮小に向かいます。2方向の力のせめぎ合いなので、**集団免疫が獲得されるまでに何度か流行の波が襲う**ことは覚悟する必要があります。全人口の6割に免疫がつけば(集団免疫)実効再生産数は1以下となり(単純計算では自然再生産数 $2.0 \times 0.4 = 0.8$)自然減となってやがてウイルスは消滅するでしょう。しかし、それまでに**多くの重症者と死者、特に介護施設などの高齢者に多数の死者が出る**ことは間違いなさそうです。怖いことに若くても急性悪化の症例も出ています。

新型コロナの治療薬としてレムデシビルとアビガン(両者ともウイルス増殖抑制剤)に期待が集まっており、前者は近日中に特例承認され、後者も早期承認されそうです。しかし、**両者とも特効薬とは言えず**、治験の結果も完全ではないので、注意深く使用する必要があります。ワクチンが開発され、**広く使われて免疫が獲得されるまでには1年-1年半はかかり**そうです。ウイルスの発見は1940-50年代で、スペイン風邪は細菌が原因と考えられてワクチンが作られましたが、当然無効。副作用でギラン・バレー症候群という自己免疫疾患を引き起こしました。ワクチンの利用は焦ってはいけません。

政府の専門家会議から、栃木県のような「新規感染者数が限定的となった地域」では**感染拡大防止と社会経済活動の両立を**図るために「**新しい生活様式**」をとるよう提言されました。3密の回避とマスク、手洗いにテレワークや時差出勤などの対策は継続的に求められます。**新型コロナ感染症の完全な収束までは数年を要する長丁場**となりそうです。これまで何とか感染爆発と医療崩壊を回避してきたことを奇貨として収束まで皆で努力しましょう。

ナルク会員の皆様、いかがお過ごしですか？

「マスク」は皆さんありますか？



「新型コロナウイルス」の怖さ、いつ終息するか分からない不安、私たちに今出来る事は、しなければならない事は「ステイホーム」ですね。

次々ナルクの行事も中止になりましたね。

今出来る事を粛々としましょう。

「マスク」は皆さんありますか？今はいろんなところがマスクつくりを手を挙げて下着や水着メーカー等々、ルイヴィトン社もマスク作るそうです。

終息後はマスクで溢れるでしょうね。

マスクは本当に家にある布で簡単にできます。必要な方は、連絡ください。

TEL0285-44-5054 竹田 あや子

☆ゴルフ同好会からのお知らせ

第163回ナルク会ゴルフコンペは、4月16日(木)、鹿沼市西鹿沼町の広陵CCで、4組13名が参加して開催されました。

申し込み後のキャンセルは3名、コロナの関係での方は一名でした。何のトラブルも無く楽しくプレー出来ました。

結果は次の通りです。

優勝 中村健二さん(写真:下) 99(ネット71)、2位 野口さん、3位 澤田さん。



☆5月例会(第164回)は次の通り開催します

1. 日時: 5月21日(木) 8:31スタート
2. コース: 東雲GC 塩谷郡高根沢町亀梨
630 TEL) 028-676-2800
3. 費用: 5,300円(セルフ、食付き)
参加費 1,000円
4. 申込み締切り: 5月12日(火) 吉川へ
(TEL:FAX 028-0280-648-8635)
過ぎた場合は不参加とします。

行 事 予 定

(5月15日～6月22日) 中止の活動もありますのでご注意ください。

お問合せ：ナルク事務所 (Tel.684-0050) ㊦=宇都宮市ポイント対象事業活動

月日	曜日	行事名	開催場所	開始時間
5月15日	金	後見人会	中止	
25日	月	アルミ缶整理作業	大谷集積場	9:00
26日	火	運営委員会	中止	
6月1日	月	ナルク栃木 総会	三役会にて実施(5月19日)	
2日	火	どんぐりの手入れ	飛山城址公園(今年初開催) ㊦	9:00
4日	木	活動報告書整理	事務所	10:00
5日	金	PC入力	事務所	10:00
9日	火	会報準備	事務所	9:30
10日	水	会報発行作業	事務所	10:00
22日	月	アルミ缶整理作業	大谷集積場	9:00

同 好 会 予 定

同好会の開催状況については、それぞれの連絡先・世話人にご確認ください。

書道教室	連絡先：小林正治 Tel・Fax 028-634-5573
男の料理教室	連絡先：吉川孝人 Tel・Fax 028-648-8635
カラオケ友友会	連絡先：鈴木忠男 携帯 090-1042-7197
ゴルフ同好会	連絡先：吉川孝人 Tel・Fax 028-648-8635 5月21日(木) 東雲 GC 8:31 スタート
パソコン同好会	連絡先：三浦則夫 Tel 080-5407-1272
うたごえ友友	連絡先：堀 実 Tel・Fax 028-653-6954
女子会	連絡先：鈴木節子 携帯 090-2253-4333
5・7・5を楽しむ会	世話人：芝尾英三 Tel・Fax 028-643-8523
吟華の会	連絡先：月岡光江 Tel 028-635-4177
新げんじの会	世話人：須藤典子 Tel 028-667-4877

団体賛助会員： 恵産業株式会社、株式会社小牧工業、真木クリニック、
パナソニックホームズ北関東株式会社、株式会社ティ・エム・エフ、
つるた family クリニック、株式会社マルハ、有限会社セイゴウ、